PRAVIDLA ODDÍLU MG LIBEREC

Platná od 1. 1. 2025

(aktualizace 1.1.2026)

Moderní gymnastika Liberec

1. ČINNOST ODDÍLU

Činností oddílu Moderní gymnastika Liberec z. s. (dále jen MG Liberec) je sportovní výchova děvčat ve věku 5 – 18 let v oblasti moderní gymnastiky a to v Základním a Kombinovaném programu moderní gymnastiky. U děvčat zařazených do závodních kategorií klademe důraz na zlepšování výkonosti s cílem účasti na závodech. Základním předpokladem je zájem děvčat o pravidelné cvičení, účast na závodech a dalších aktivitách oddílu včetně pravidelné docházky a součinnosti rodičů. Mimo to umožňujeme věnovat se moderní gymnastice pouze formou zábavy bez důrazu na výkonnost.
Tréninky všech skupin probíhají v tělocvičnách ZŠ Dobiášova, Liberec dle aktuálního rozvrhu oddílu.

2. PŘÍCHOD NA TRÉNINK

Děvčata se dostaví do šatny tak, aby byla převlečená a připravená na trénink minimálně 5 minut před zahájením tréninku. Za děvčata do doby zahájení tréninku a po jeho ukončení zodpovídají plně rodiče (zákonní zástupci).
Pravidelné pozdní příchody na trénink ze závažný důvodů je třeba nahlásit předem příslušné trenérce.
Nejmladší děvčata z přípravky předávají i přebírají osobně rodiče nebo pověřená dospělá osoba.

3. OBLEČENÍ NA TRÉNINK

Přiléhavé sportovní oblečení – tj. gymnastický dres nebo přiléhavé tričko/tílko, legíny nebo přiléhavé šortky, gymnastické špičky nebo jen bílé ponožky. Volné oblečení není vhodné, jelikož neumožňuje trenérkám kontrolovat případné chyby a nesprávné provádění prvků.
Řetízky, prstýnky či výrazně velké náušnice s ohledem na bezpečnost nejsou během tréninků povoleny.

PŘEDEPSANÝ ÚČES:

Vlasy pevně utažené do jednoho nebo dvou drdůlků (stačí tréninkový drdol) nebo culík/cop, pomocí sponek upravené tak, aby vlasy nepřekážely při cvičení, zejména nepadaly do obličeje. Neupravené vlasy nejen rozptylují, ale mohou být důvodem zbytečného úrazu.

4. ÚČAST / ABSENCE NA TRÉNINCÍCH

- **Rodiče (či zákonní zástupci) ani jiné osoby nemají na běžný trénink přístup do tělocvičny**, k tomu jsou organizovány ukázkové hodiny či oddílové závody nebo besídky. Pro domluvu s trenérkou využívají čas před či po tréninku.
- Rodiče se zavazují **respektovat úlohu trenérů a nezasahovat do jejich kompetencí** při tréninku a závodech.
- Každou nepřítomnost je třeba včas řádně omluvit své přidělené trenérce (prostřednictvím aplikace KIS). Každou změnu zdravotního stavu (dlouhodobého i krátkodobého) nebo jakákoliv omezení je třeba hlásit trenérkám.

5. ZPŮSOB KOMUNIKACE mezi oddílem a rodiči:

- **Veškerá komunikace a předávání informací týkající se konkrétních gymnastek probíhá výhradně prostřednictvím klubového informačního systému KIS.**
  Zákonný zástupce po přihlášení a schválení přihlášky do oddílu obdrží na svoji mailovou adresu přihlašovací údaje do KIS. Pro přihlášení do KIS může využít webový prohlížeč - https://clen.modgym.cz/admin/ nebo aplikaci pro mobilní telefony se stejným názvem KIS dostupné pro Android i iOS.
- Případné změny kontaktních údajů je třeba včas aktualizovat v systému KIS

- Veškeré informace o dění v oddíle jsou zveřejňovány i na webových stránkách www.modgym.cz a to včetně kontaktů na jednotlivé trenérky.
- Pokud nemají rodiče dostatečný přístup k e-mailu a internetu, je třeba tuto skutečnost sdělit vedení oddílu a dohodnout adekvátní způsob komunikace.
- Veškeré dotazy na sportovní výkonnost gymnastek je třeba směřovat na trenérku, případně vedoucí klubu (katerina.lankova@modgym,cz), nejlépe e-mailem, nebo si s ní domluvit čas konzultace. Během tréninku není prostor se na trenérky obracet s dotazy.

6. ZAŘAZENÍ ZÁVODNIC DO ZÁVODNÍHO PROGRAMU

- S ohledem na omezené trenérské i prostorové kapacity není možné zařadit do závodních skupin všechny členky MG Liberec.
- Zařazení gymnastky do příslušného tréninkového a výkonnostního programu, nominaci na závody a akce klubu rozhoduje příslušná trenérka na základě aktuální výkonnosti, sportovních výsledků, docházky a dalších kritérií.
- Nezbytným předpokladem zařazení do závodního programu je aktivní přístup gymnastky k tréninkům a také aktivní součinnost ze strany rodičů a poskytnutí potřebné podpory pro závodní aktivity (pořízení dresů, náčiní, doprava na závody ...)
- Pokud jsou děvčata zařazena do závodní skupiny, očekává se od nich kromě pravidelné účasti na trénincích také účast na závodech a účast na letním gymnastickém soustředění. Zároveň mají povinnost si pořídit vlastní závodní náčiní a závodní dres dle pokynů trenérky. Pořízení závodního dresu by měla každá gymnastka vždy předem konzultovat se svoji trenérkou, především aby vyhovoval aktuálním pravidlům.
- Na závodech závodnice a jejich doprovod respektují pokyny trenérek. Na závody odjíždějí závodnice s vědomím, že ne vždy je možné zvítězit, ale je důležité zúčastnit se a už samotná nominace na závody je odměnou a oceněním jejich práce.
- Každá gymnastka má právo odmítnout zařazení do závodní kategorie a věnovat se moderní gymnastice pouze rekreačně s tím, že nezávodní skupiny mají nižší tréninkovou dotaci. Trenérka má rovněž právo gymnastku přeřadit do nezávodní kategorie, pokud dlouhodobě nesplňuje některý ze základních předpokladů zařazení do závodní skupiny (výkonnost, účast na trénincích, účast na závodech, aktivní součinnost rodičů apod.).

7. SOUČINNOST RODIČŮ

Chod sportovního klubu a udržení přiměřené výše členských příspěvků jsou založeny na dobrovolné práci trenérů a solidární pomoci a spolupráci rodičů. Od rodičů se očekává pomoc zejména v těchto oblastech:

- Pomoc s manipulací s koberci (tréninky, soustředění apod.)
- Pomoc s přípravou konaných závodů- jejich organizací a aktivní výpomoc při chystání zázemí, občerstvení a cen, sháněním sponzorů apod.
- Účast rodičů na závodech a jiných akcích klubu, popř. domluva s ostatními na společné dopravě a nabídka dopravy oddílovým trenérům a rozhodčím.

8. UKONČENÍ ČLENSTVÍ A PLATBY ČLENSKÝCH PŘÍSPĚVKŮ

- Členství v oddílu MG Liberec je možné ukončit vždy ke dni 31. 1. nebo 30. 6. příslušného kalendářního roku, a to na základě oznámení zákonného zástupce.
- V případě ukončení členství v jiném termínu v průběhu roku nevzniká nárok na vrácení již uhrazených členských příspěvků, a to ani jejich poměrné části.